



COMPETIZIONE FITNESS GRAND PRIX 2021

CENTRO FITNESS: _____

SEDE _____

ATLETA _____ NATO IL _____ A _____

VISITA MEDICA SCADE IL _____

CODICE FISCALE _____ N° TESSERA ASC _____

PARTECIPANTE ALLA COMPETIZIONE NELLA CATEGORIA:

DATI ATLETA:

COMPETIZIONI:

FITNESS SPORT

KG SOLLEVATI

NELL'ULTIMA SERIE

NUMERO SERIE

SERIE TOTALI ESEGUITE

N° RIPETIZIONI

ULTIMA SERIE

DISTENSIONI PANCA

PIANA BILANCIERE

TRAZIONI LAT AVANTI

PRESA LARGA

PRESSA A 45°

TIPO DI PRESSA indicare il tipo e marca di pressa:

(Technogym linea Lux, Selection, Element Teca, Panatta, Life Fitness o altro)

COMPETIZIONI: CIRCUITO

CARDIO

SPORT

DISTANZA TOTALE PERCORSO

FLEX

FIT

CENTIMETRI (con segno + o -)

Metri percorsi nel tempo previsto (10 minuti) Segno + se si supera punta dei piedi. Segno meno se non lo si supera

Metri Segno (+ / -) cm

Il sottoscritto conferma tutti i dati presenti nel modulo

Firma preparatore sportivo Firma Atleta Firma giuria

DATA SVOLGIMENTO DELLA COMPETIZIONE _____

•Juniores Fitness: •Master Fitness: